



Приучение к горшку.

Методика: приучаем за семь дней

Большинство мам хотят поскорее приучить свое чадо к горшку. И это разумно, ведь уходит довольно весомая статья расхода – не нужно покупать памперсы, а так же уменьшилось количество стирок. Существует методика приучения к горшку за 7

дней, ее одобрило большое количество мам.

Если при достижении полуторагодовалого возраста ваш ребенок не приучен к горшку, существует специальная система обучения за семь дней. Методика «Добровольный малыш» разработана Джинной Форд и предназначена для детей, умеющих выполнять простые действия (снимать одежду, понимать слова родителей).

1. Первый день начните с того, что после сна сразу же снимайте памперс, мотивируйте тем, что ты уже большой (большая), а взрослые ходят в трусиках, и сажайте ребенка на горшок. Можно попробовать поработать наглядным пособием, возьмите малыша с собой и покажите, зачем нужно ходить в туалет. Если у малыша не получается «сходить по нужде», повторяйте эту процедуру каждые 15 минут. Ваша цель чтобы ребенок провел на горшке 10 минут, этого времени должно хватить для всех «мокрых и грязных» дел. Можете присаживаться рядом и развлекать малыша, чтобы он не вскакивал с горшочка. Если вы не поймали «этот момент» и все случилось в штанишки, не отчаивайтесь и не ругайтесь, запаситесь терпением.
2. Во второй день закрепляете полученные навыки, при этом следите за поведением малыша, чтобы он не заигрался и не справил нужду в штанишки.
3. В третий день придерживайтесь выбранной линии поведения. Если решились приучаться к горшку, не следует надевать памперсы даже на прогулку, иначе вы рискуете просто запутать малыша. Он просто не поймет ходить ему на горшок или в памперс. Перед выходом предложите посетить «пластмассового друга». На прогулке лучше почаще интересоваться, не хочет ли малыш писать (какать), чтобы избежать неожиданностей. Если не хотите бегать в «кустики», возьмите на прогулку горшок. Вскоре малыш привыкнет задерживать

мочеиспускание и вам не придется таскать этот «элемент» за собой на каждую прогулку.

4. Начиная с четвертого дня, вы и малыш примерно знаете, через какое время необходимо посетить горшок, если кроха заигрался и забыл, про посещение туалета, необходимо ему напомнить об этом. После «удачного» посещения горшка обязательно хвалите ребенка, поощрения и мамина радость могут стать отправной точкой в успешном освоении этого навыка.

Методика быстрого приучения за 3 дня

Как уже говорили, в вопросе приучения к горшку важна последовательность и постепенность. Этот процесс может занять несколько месяцев, если ребенка никак не поторапливать. Однако бывают ситуации, когда нужно как можно скорее «подружить» малыша с горшком. Например, если ребенка нужно в скором времени вести в детский сад, или перед поездкой на отдых. В этом случае на помощь мамам и папам приходят методики быстрого приучения к горшку.

Быстрое приучение не означает, что спустя неделю активных действий со стороны родителей ребенок ни разу не «даст осечку», однако такие методики помогают в короткие сроки донести до малыша необходимость ходить на горшок. Во время «быстрого приучения» у ребенка формируется основа для освоения «туалетных» навыков.

Определяем готовность и создаем условия

Для того, чтобы быстрое приучение к горшку прошло удачно, нужно понять, насколько ребенок готов к этой процедуре, и «подготовить почву». При оценке целесообразности быстрого приучения стоит ориентироваться на следующие факторы:

- Использовать «быстрые» методики лучше в возрасте до 2 лет, крайний срок – 2 г.1 мес.
- Ребенок может не писать в течении 1-2 часов.
- Малыш начинает сам противиться одеванию подгузника.
- Вырабатывается режим дефекации и ребенок начинает какать каждый день примерно в одно и то же время.

Если по всем признакам ребенок готов к приучению, стоит сосредоточиться на «подготовке почвы», то есть на подготовке сознания малыша к тому, что в его жизни грядут кое-какие изменения. Начинать подготовку можно недели за 2 до перехода к активным действиям.

- Обзаведитесь горшком и ежедневно как бы между делом рассказывайте ребенку, что это за предмет, зачем он нужен, как им пользоваться.
- Проговаривайте, что все детки ходят на горшок, а затем – на унитаз, это естественно и правильно.
- Примерно за неделю до приучения начинайте рассказывать ребенку, что скоро он не будет носить подгузники, а будет ходить в трусиках и писать в горшок. Под эти разговоры будет полезно приобрести новое белье для малыша. А чтобы у него был интерес сменить подгузник на трусики, выберите белье, например, с изображением любимых персонажей.
- Выберите такой момент, когда вы несколько дней сможете полностью посвятить ребенку. Будет удобнее, если в период приучения к горшку рядом будут помощники: бабушка или супруг.

После того, как выбрано время и проведена подготовка, можно переходить к активному этапу приучения. Этот процесс занимает три дня.

День 1

В первый день ребенок привыкает находиться без подгузника, поэтому снять подгузник нужно сразу после пробуждения. Сразу стоит сказать, что быстрое приучение к горшку предполагает, что ребенок не будет писать в штанишки во время бодрствования. Для полного отказа от подгузников даже на время сна требуется гораздо больше времени и усилий, ведь малыш ещё не умеет контролировать свои выделительные процессы.

Итак, ребенок остается без подгузника на целый день. Можно одеть малышу трусики, а можно разрешить весь день бегать голышом (если температура в квартире и время года позволяют это сделать). Взрослым стоит отложить все свои дела и наблюдать за ребенком, буквально ходить за ним по пятам с горшком в руках. Как только вы замечаете, что ребенок начинает писать или какать – его нужно усаживать на горшок. Конечно, «ловить» все до капли не получится, но ребенок должен увидеть четкую связь между своими действиями и усаживанием на горшок. Именно поэтому лучше, чтобы взрослых было двое и они по очереди следили за ребенком: если усаживания на горшок будут не стабильными на каждую попытку пописать, эта связь не закрепится в сознании.

За каждое «попадание в горшок» ребенка нужно хвалить, причем не просто «молодец», а именно проговаривать, за что вы хвалите. А вот осечки лучше пропускать, не заостряя на них внимание, и ни в коем случае не ругайте ребенка: т.к. с горшком у него будут связаны, главным образом, негативные воспоминания и процесс приучения может затянуться.

Перед дневным и ночным сном можно предложить ребенку сесть на горшок, но если он откажется – не настаивать, а просто одеть подгузник.

День 2

Второй день почти ни чем не отличается от первого, но если в первый день ребенок находится дома, то во второй день можно отправиться без подгузника на улицу. Лучше спланировать прогулку так, чтобы в любой момент можно было быстро добраться до дома. Идти гулять лучше сразу после того, как ребенок сходил в туалет, но на всякий случай можно прихватить с собой сменную одежду. Если имеется походный надувной горшок – можно взять его с собой.

Не забываем хвалить ребенка за каждое удачно сделанное дело!

День 3

На третий день добавляем еще одну прогулку, чтобы ребенок не только привыкал дома ходить на горшок, но и удерживать свои позывы сходить в туалет в ситуации, когда горшок не под рукой. Перед каждой прогулкой и сном нужно внепланово сажать детку на горшок, то же самое нужно делать после пробуждения и по возвращении с улицы.

После трех дней такого активного погружения в «туалетную» тему дети начинают спокойно воспринимать горшок, а некоторые даже пытаются проситься или садиться сами. Во время активного приучения лучше, если ребенок будет находиться дома в одежде, которая легко снимается: без пуговиц, лямок, тугих резинок, чтобы при надобности он мог сам снять штанишки или трусики. Даже при таком условии детки не сразу привыкают снимать белье и иногда садятся на горшок и делают свои дела прямо в нем. Это не страшно и ругать за такое поведение не стоит: став старше, малыши осваивают всю последовательность действий, просто нужно немного подождать. А со временем можно отказаться и от подгузника на ночь.

Повторное приучение

Повторно приучаем малыша ходить на горшок

Часто случаются ситуации, когда ребенок регулярно посещал горшок и вдруг, начал отказываться ходить на него. Это может быть не только в возрасте 1,5-2 года, но и в 3-4. Причины у этого могут быть довольно разными.

- Переезд или смена обстановки. Даже простейшие изменения в укладе жизни маленького человека (поступление в детский сад, переезд, появление в семье второго ребенка) могут привести к протесту во

многих вещах, которые кроха делал регулярно и с удовольствием. Это касается и горшка;

- К трем годам у ребенка начинается кризис возраста. В этот период малыш так и норовит сделать все на оборот. Это временное явление и его просто нужно перетерпеть;
- Семейные проблемы могут стать причиной отказа от горшка. Когда родители скандалят на глазах у ребенка, это в любом случае негативно скажется на психике и поведении малыша. Малыш может начать бунтовать против всего или же наоборот замкнутся в себе;
- Иногда при болезненных состояниях и во время прорезывания зубов малыш может перестать проситься на горшок потому, что все его силы и мысли направлены совсем в другое русло.

В любом случае стоит выяснить причину отказа от горшка, а затем сосредоточить силы на ее решении. Не принуждайте и не давите на малыша, будьте терпеливы и все вернется на прежние места.

Как отказаться от памперсов

Отказаться от памперсов в дневное время намного проще, нежели ночью. Днем мы можем «подловить» малыша, напомнить, если он заигрался, а вот как быть с ночным сном?

После того, как у вашего крохи выработается устойчивый навык к регулярному посещению горшка, вы можете заметить, что ночной памперс остается сухим каждую ночь, а это значит, что вам повезло и пришло время укладывать его спать в одной пижаме.

Но не все детки одинаковы, многие малыши попросту не контролируют во сне акт мочеиспускания, здесь вам поможет непромокаемая пеленка или клеенка и запасные простыни. Со временем ребенок привыкнет вставать в туалет даже ночью. Не поднимайте кроху в ночное время специально для похода в туалет, в противном случае всякий раз, когда вы забудете или не успеете его разбудить, в результате получите лужу. Малыш должен сам научиться распознавать свои позывы к походу на горшок.

Можно порекомендовать, перед сном ограничить потребление жидкости, а также посадить на горшок.

По каким причинам ребенок может бояться горшка и что делать в таких случаях

Есть некоторые причины, почему малютка так реагирует на горшок:

- Иногда родители слишком сильно ругают малыша за испачканные штанишки или даже шлепают его. Эти негативные эмоции сказываются на нежелании общаться с горшком;
- Если первое знакомство прошло не совсем удачно. Бывает так, что горшок просто не понравился маленькому пользователю с первого взгляда или же он мог быть холодным или неприятным на ощупь. Уберите ненадолго его. А потом повторите «первое знакомство». Но уже с чем-то новеньким и интересным. Яркая накидка или еще более практичная вещь, которую вы можете сделать сами: сшить мягкий чехольчик из теплого материала (может понадобиться не один, так как в процессе использования может пачкаться или намокать). Это обязательно привлечет кроху и поможет удачно продолжать пользоваться горшком;
- Часто ребенок начинает капризничать из-за того, что его посадили на холодный горшок сонным. Эти неприятные ощущения запоминаются надолго;
- Возможно, малыша напугали какие-то резкие звуки, или он упал с горшка в процессе и больно ударился;
- Бояться горшка малыш может и при запорах. В результате даже у привыкшего к горшку ребенка процесс дефекации может ассоциироваться с пытками. Ему трудно объяснить, что в этом виноват не горшок, поэтому ребенок может избегать контакта с ним.